



### Inhaltsverzeichnis

1. Grundsätzliches.....	2
1.1 Sport am Siegtal-Gymnasium.....	2
1.2 Sportstätten.....	2
2. Der Kernlehrplan Sport des Landes Nordrhein-Westfalen (2011) .....	3
3. Einführung in den schulinternen Lehrplan SPORT am SGE.....	4
4. Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufen der Sekundarstufe I.....	5-9
4.1 Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufe 5.....	5
4.2 Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufe 6.....	6
4.3 Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufe 7.....	7
4.4 Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufe 8.....	8
4.5 Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufe 9.....	9
5. Übersicht über die Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern	
6. Vereinbarungen der FAKO Sport am SGE	
6.1 Allgemeine Informationen für den Schwimm- und Sportunterricht am SGE.....	10
6.2 Allgemeingültige Regeln für den Sportunterricht am SGE.....	11

# 1. Grundsätzliches

## 1.1 Sport am Siegtal-Gymnasium

Dem Sport am Siegtal-Gymnasium kommen mehrere Bedeutungen zu, welche sich in folgende Bereiche gliedern lassen:

- Sport als Unterrichtsfach in der Sekundarstufe I
- Sport als Unterrichtsfach in der Sekundarstufe II
- Tag des Sports/ Sponsor Lauf
- Skifahrt in der Jahrgangsstufe 8
- Klassenübergreifende Sportwettkämpfe
- Förderung der Nicht- bzw. der noch unsicheren Schwimmer
- „Bewegte Pause“

## 1.2 Die Sportstätten am Siegtal-Gymnasium

Da das Siegtal-Gymnasium nur über eine relativ kleine eigene Sporthalle (1,5-fach) verfügt, die z. T. auch noch doppelt belegt werden muss, stehen dem Sportunterricht am SGE nicht unbedingt optimale Voraussetzungen zur Verfügung.

Abhilfe schafft das Mitbenutzen der Dreifachhalle und des Kunstrasenplatzes (Fußballfeld/ Leichtathletikanlage) der nahegelegenen Sekundarschule.

Günstig für den Schwimmunterricht erweist sich jedoch, dass das Herrmann-Weber-Schwimmbad (öffentlich) direkt neben der Schule liegt. Dabei findet der Schwimmunterricht in der Regel auf 3 Bahnen statt, während auf der 4. Bahn öffentlicher Badebetrieb läuft.

Als Pausenangebot werden von den SchülerInnen folgende Bewegungs-möglichkeiten gerne angenommen:

- Mini-Fußball-Feld auf dem Schulhof
- Streetball-Anlage auf dem Schulhof
- Kletterwand , Balancierbalken und Reckstangen als Pausengeräte
- Tischtennisplatten auf dem Schulhof
- Große „Hügellandschaft“ zum Klettern und Radfahren direkt neben der Schule
- Bälle, Schläger etc. können für die Pause ausgeliehen werden

## 2. Der Kernlehrplan SPORT des Landes Nordrhein-Westfalen (2011)

In Bezug auf den Kernlehrplan 2011 des Ministeriums für Schule und Weiterbildung (MSW) des Landes NRW gilt es folgende Bereiche des Faches Sport im Unterricht zu berücksichtigen:

1. Die Bewegungsfelder (Sportbereiche)
  2. Die pädagogischen Perspektiven (A-F)/ Inhaltsfelder
  3. Kompetenzen
- } Verknüpfung dieser Bereiche  
= Unterrichtsvorhaben (UV)

### 1. Die Bewegungsfelder:

1.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
2.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
3.	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
4.	Bewegen im Wasser - Schwimmen
5.	Bewegen an Geräten - Turnen
6.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste
7.	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele
8.	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport
9.	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

### 2. Die 6 pädagogischen Perspektiven/ Inhaltsfelder (A-F):

<b>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern (A)</b>
<b>Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)</b>
<b>Etwas wagen und verantworten (C)</b>
<b>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</b>
<b>Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</b>
<b>Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</b>

### 3. Die 3 Kompetenzbereiche:

Bewegungs- }  
Methoden- } kompetenz  
Urteils- }

orientieren sich jeweils an den Bewegungsfeldern.

### 3. Einführung in den schulinternen kompetenzorientierten Lernplan SPORT Sek. I am SGE

Die Fachschaft Sport des Siegtal-Gymnasiums (SGE) hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Dazu legt sie die Obligatorik der Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I fest und erstellt eine Übersicht über Unterrichtsvorhaben und deren zeitlichen Rahmen in den jeweiligen Jahrgangsstufen. Dabei orientiert sie sich an den Rahmenvorgaben und Richtlinien des Ministeriums für Schul- und Weiterbildung des Landes NRW und den örtlichen Gegebenheiten des Siegtal-Gymnasiums in Eitorf.

#### 4. Schulinterner Lehrplan für die Jahrgangsstufen der Sek.I am SGE

**Jahrgangsstufe 5** – Obligatorik: 130 Stunden/ Freiraum: 30 Stunden (insges. 160 Stunden)

1.	Spielend Spielen lernen – Spielideen Kleiner Spiele erlernen, Regeln sinnvoll variieren und neue Spiele (er-)finden
2.	Werfen, Fangen und Passen – allgemeine Ballschule
3.	Laufen über Stock und Stein – bewegungsintensive Laufspiele erproben und deren Auswirkungen auf den Körper (Puls, Schwitzen etc. ) erkennen und verstehen
4.	Wir machen große Sprünge – Springen weit und hoch in seiner Vielfalt erfahren
5.	Bewegen an Geräten – vielfältig an Geräten turnen und beim Bewegen sicher werden
6.	Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer kleinen Kür nutzen
7.	Gemeinsam in der Balance sein – Finden, Erproben und Präsentieren einfacher Bewegungskunststücke in der Kleingruppe
8.	Mit Musik geht alles besser – Rhythmuschulung und Erlernen von einfachen kleinen Tänzen (Hip-Hop, Jump-Style, Folklore etc.)
9.	Rollzeit – wir arbeiten mit allem, was rollt (Inliner, Waveboards etc.)
10.	Ringern und Raufen –Einführung in das spielerische und verantwortungsbewusste Kämpfen mit einem Partner
11.	Alle ins Wasser - über die Verbesserung des Wassergefühls zu einem sicheren und ausdauernden Schwimmen gelangen
12.	Im Wasser ist -fast- alles möglich: Rollen um verschiedene Achsen und Kunststücke im Wasser als Voraussetzung für sicheres Schwimmen erlernen
13.	Tauchen – sich unter Wasser orientieren und immer sicherer bewegen
14.	Kraulschwimmen in Bauch- und Rückenlage erlernen und die Bewegungsschnelligkeit im Wasser verbessern

Turniere: **Brennball-Turnier/ Schwimmwettkampf**

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF
1	Spiele u. Spielräume entdecken	E, F	10	1,2,3	1	1	E) 1,2,3 F)1
2	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A, E	12	1,2,3,4	1,2	1	A)1 E)4
3+4	Leichtathletik (Lauf, Sprung)	A, B	14	1,2,4	1,2	1,2	A)1,2 B)1
5+6	Turnen (Geräte/ Boden)	B,C	12	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
7	Turnen (Akrobatik)	B,C	6	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
8	Gymnastik/ Tanz	A,B	6	1,2	1,2	1	A)1,2 B)1,2
9	Gleiten, Fahren, Rollen	A,C,F	6	1,2	1	1	A)1 C) 1,2 F)1
10	Ringern und Kämpfen	C,E	8	1,3	3	3	C)2 E)1,2
11	Wasserbewältigung/ Schwimmen	A,F	12	1,2	3	1	A)1 F)2,3
12	(Synchron-)/ Schwimmen	B,E	10	3,4	3	2	B)2,3 E)1
13	Tauchen (Tief-/ Weit)	A,C	12	1,4	1	1	A)1,3 C)2,3
14	Schwimmen (Technik u. Ausd.)	D,F	20	3	1	1	D)1,2,3 F) 2,3

**UV** = Unterrichtsvorhaben; **BF** = Bewegungsfeld; **PP** = Pädagogische Perspektiven; **Std.**= Stunden; **BWK**= Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; **MK**= Methodenkompetenz; **UK**= Urteilskompetenz; **IF**= Inhaltsfelder (A-F)

**Jahrgangsstufe 6 – Obligatorik: 106 Stunden/ Freiraum: 54 Stunden (insges. 160 Stunden)**

1.	Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten in Kleinen Spielen anwenden
2.	Erste technische und taktische Grundlagen in einem Sportspiel (Fußball) erfahren und begreifen als Vorbereitung auf das Fußballturnier der 6. Klassen
3.	„Lange Laufen ohne zu schnaufen“ – macht Spaß und ist gesund!
4.	Höher-schneller-weiter“ – die Vielfalt des Laufens, Springens, Werfens erfahren und in kleinen Wettkämpfen erproben
5.	Schwingen, Stützen, Springen – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen lernen
6.	Hip-Hop, Breakdance, Jumpstyle & Co – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen
7.	Eislaufwandertag (fakultativ)
8.	Gemeinsam rollt sich's besser – mit einem Partner/ in der Gruppe eine kleine Gestaltung auf Inlinern, Waveboard etc. erarbeiten und präsentieren
9.	Fairness bei Partner – und Gruppenkämpfen in der Bodenlage erlernen und anwenden
10.	Wir schwimmen in allen Lagen – Verbesserung der Ausdauer und Technik im Kraul-, Rückenraul, Brust- und Schmetterling/ Delphin
11.	Schwimme so schnell du kannst – Sprints und Staffelschwimmen als Vorbereitung für den Schwimmwettkampf der 6. Klassen
12.	Mit Start und Wende in Kraul- und Brustschwimmtechnik sicher und schnell schwimmen können
13.	Sich und andere retten können – Gefahren im Wasser kennen und begegnen
14.	Spiele im Wasser – Wasserball und Co erproben
15.	Sprünge ins Wasser – sich etwas trauen ohne sich zu überschätzen
16.	Schwimmabzeichen (Gold, Silber, Bronze)

**Turniere: Fußball/ Schwimmwettkampf**

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF
1	Spiele u. Spielräume entdecken	E, F	10	1,2,3	1	1	E) 1,2,3 F)1
2	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A, E	12	1,2,3,4	1,2	1	A)1,2 E)1
3+4	Leichtathletik (Lauf/ Sprung)	A, B	12	1,2,4	1,2	1,2	A)1,2 B)1
5	Turnen (Geräte/ Boden)	B,C	12	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
6	Gymnastik/ Tanz	A,B	6	1,2	1,2	1	A)1,2 B)1,2
7+8	Gleiten, Fahren, Rollen	A,C,F	6	1,2	1	1	A)1 C) 1,2 F)1
9	Ringern und Kämpfen	C,E	8	1,3	3	3	C)2 E)1,2
10-12, 16	Schwimmen (Ausdauer/ Technik)	A,D,F	20	1,2	3	1	A)1 F)2,3
13	Rettungsschwimmen	A,C	8	3,4	3	2	B)2,3 E)1
14	Schwimmen (Spiele)	E	16	1,2,3,	1	2	E)1,2
15	Schwimmen (Sprünge)	A,C	4	1,2	1,2	1	A)1,2 C) 1,2

**Jahrgangsstufe 7** – Obligatorik: 66 Stunden Freiraum: 14 Stunden (insges. 80 Stunden)

1.	Wie wärme ich mich richtig auf? - sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf die verschiedenen Anforderungen im Sportunterricht vorbereiten
2.	Technische und taktische Grundlagen in dem Mannschaftsspiel <b>Basketball</b> erfahren und anwenden – miteinander und gegeneinander spielen!
3.	Länger Laufen und schneller Sprinten macht Spaß! – in abwechslungsreichen Spiel- und Übungsformen seine Ausdauer und Schnelligkeit verbessern
4.	Das hab ich noch nie gemacht! – Hochsprung oder Hürdenlauf als neue Herausforderung erfahren und annehmen
5.	Sicher Turnen lernen! – Sicherheits- und Hilfestellung an verschiedenen Geräten (Reck, Barren, Bock, Kasten etc.) erlernen und anwenden
6.	Gemeinsam mit einem Partner/ in der Gruppe an einem Gerät sicher und kreativ turnen, präsentieren und bewerten
7.	Kunststücke mit Bällen/ Seilen/ Reifen erfinden und präsentieren
8.	Rollzeit – wir arbeiten mit allem, was rollt (Inliner, Waveboards etc.)
9.	Ringern und Raufen – Vom Stand zum Bodenkampf: erste Würfe/ Befreien aus Griffen

Turnier: **Basketball**

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF
1	Den Körper wahrnehmen/ Bewegungsfähigkeiten ausprägen	A, F	4	2,3	1	1	A) 1,2,3 F)1
2	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A, E	16	1,2,3,4	1,2	1	A)1,2 E)1
3+4	Leichtathletik (Lauf/ Sprung)	A, B	10	1,2,4	1,2	1,2	A)1,2 B)1
5	Turnen (Geräte)	B,C	4	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
6	Turnen (Geräte)	B,C	12	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
7	Gymnastik/ Tanz	A,B	6	1,2	1,2	1	A)1,2 B)1,2
8	Gleiten, Fahren, Rollen	A,C,F	6	1,2	1	1	A)1 C) 1,2 F)1
9	Ringern und Kämpfen	C,E	8	1,3	3	3	C)2 E)1,2

## Jahrgangsstufe 8 – Obligatorik: 74 Freiraum: 6

1.	Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser (1)? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine Entspannungstechnik kennenlernen und anwenden
2.	Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – <b>Basketball</b> regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen
3.	Einfache Spielsituationen im Partnerspiel <b>Badminton</b> technisch und taktisch sicher und regelgerecht bewältigen: „Spiele böse und schnell!“
4.	Das habe ich noch nie gemacht! – Schleuderball, Diskus oder Kugelstoß als neue leichtathletische Herausforderung erproben
5.	Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern
6.	Le Parkour in der Halle – Hindernisse kreativ, sicher und schnell überwinden
7.	(Step-) Aerobic- Choreografie – Gestalten und Präsentieren einer eigenen Schrittkombination
8.	„Fit in Form“ – gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik als Vorbereitung auf die Skifahrt nutzen
9.	Verantwortungsvoll und sicher Skifahren auf der Skifreizeit (fakultativ)

### Turnier: **Badminton**

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF
1	Körperwahrnehmung und Bewegungsfähigkeiten	A, F	6	1,2,3	1	1	A) 1,2, F)1
2	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A, E	12	1,2,3,4	1,2	1	A)1,2 E)1
3	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A,E	16	1,2,3	1,	1	A)1,2,3 E)1
4	Leichtathletik (Wurf/ Stoß)	A, D	6	1,2,4	1,2	1,2	A)1,2 D)1
5	Leichtathletik (Lauf)	D,F	8	1,2,4	1,2	1,2	D)1 F)2
6	Turnen (Geräte/ Boden)	B,C	12	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
7	Gymnastik/ Tanz	A,B	6	1,2	1,2	1	A)1,2 B)1,2
8	Gymnastik	A,F	8	1,2	1	1	A)1,2 F)1
9	Gleiten, Fahren, Rollen	A,C,F	?	1,2	1	1	A)1 C) 1,2 F)1

1.	Haltungsschulung unter besondere Berücksichtigung von Alltagsbelastungen (z. B. Tragen von Gewichten, richtige Sitz-, Steh- und Laufhaltung)
2.	Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser (2)? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden
3.	Neue Mannschaftssportarten anderer Kulturen – Frisbee/ Rugby/(Flag-) Football/ Baseball etc.
4.	Technische und taktische Grundlagen des Volleyballspiels zur Durchführung des Volleyballturniers der 9. Klassen
5.	Die großen Mannschaftsspiele Volleyball und Fußball im Vergleich zum <b>Basketball</b> – Grundideen und Strukturen verschiedener Sportspiele analysieren, Organisieren von Turnieren, Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten
6.	Die SGE-iade: laufen, springen, werfen/stoßen – der ultimative Gruppenwettkampf (selbst erarbeitet und durchgeführt) Oder: Leichtathletik einmal anders - Wir messen uns in einem selbstorganisiertem Wettkampf (z. B. Orientierungsläufe planen, organisieren und auswerten/ Le Parkour experimentell urban)
7.	Bewegen an Geräten - Gestaltung eines Geräteparcours
8.	Mit Musik geht alles besser! - Standardtanz/ Step-Aerobic als Cardio-Work-out/Gestaltung einer eigenen Choreografie
9.	Rollzeit – wir organisieren und führen eine Radtour in der Klasse durch

Turnier: **Volleyball**

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF
1	Körperwahrnehmung und Bewegungsfähigkeiten	A, F	6	1,2,3	1	1	A) 1,2, F)1
2	Körperwahrnehmung und Bewegungsfähigkeiten	A,D,F	6	1,2,3	1	1	A)1,2 D) 1 F)1
3	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A, E	12	1,2,3,4	1,2	1	A)1,2 E)1
4	Spielen in u. mit Regelstrukturen	A,E	16	1,2,3	1,	1	A)1,2,3 E)1
5	Spielen in u. mit Regelstrukturen	E	4	1,2	1	1	E)1,2
6	Leichtathletik	D,F	8	1,2,4	1,2	1,2	D)1 F)2
7	Turnen (Geräte/ Boden)	B,C	12	1,2,3	1,2	1	B)2,3 C)1
8	Gymnastik/ Tanz	A,B	6	1,2	1,2	1	A)1,2 B)1,2
9	Gleiten, Fahren, Rollen	A,C,F	4	1,2	1	1	A)1 C) 1,2 F)1

## 6. 1 Einige Infos zum Schwimm- und Sportunterricht am SGE



Liebe Schülerinnen und Schüler der Klasse 5.

in der Jahrgangsstufe 5 gehen wir einmal pro Woche

im Herrmann-Weber-Bad schwimmen. Dafür braucht ihr:

- **Badesachen, Handtuch, Duschzeug**
- **evtl. Schwimmbrille (keine Taucherbrille)**

Wenn ihr einmal nicht mitschwimmen könnt, bringt ihr eine **Entschuldigung** mit und setzt euch in **Sportzeug** (T-Shirt, kurze Hose) auf die Bank. Dies ist aus hygienischen Gründen Vorschrift des Hallenbades, es ist aber auch sinnvoll, weil ihr sonst in langen Hosen und Pullovern im warmen Schwimmbad zu sehr schwitzen würdet.

Für die Wintermonate solltet ihr vor allem bei kühlem Wetter an

- **Jacke mit Kapuze oder Mütze** denken!

Für den Sportunterricht braucht ihr:

- **saubere Hallenturnschuhe**
- **Sportzeug**
- **Getränk (!)**

Da wir bei schönem Wetter häufig auf den Sportplatz gehen (wird vorher angekündigt), sind auch **Sportschuhe für draußen** sinnvoll.

Den unteren Abschnitt lasst bitte von euren Eltern ausfüllen und bringt ihn zur nächsten Sport- bzw. Schwimmstunde wieder mit.

Liebe Grüße

✂-----

Mein Kind \_\_\_\_\_ ist Nichtschwimmer.

ist noch kein sicherer Schwimmer.

ist ein sicherer Schwimmer.

Bitte teilen Sie mir außerdem auf diesem Blatt (ggf. Rückseite) mit, falls Ihr Kind eine Krankheit (z. B. Allergie, Asthma, Diabetes, Rückenprobleme etc.) hat, die im Sportunterricht besonders berücksichtigt werden muss.

.....

Ort, Datum

.....

Unterschrift des/ der Erziehungsberechtigten

## 6.2. Regeln für den Sport- und Schwimmunterricht am SGE



Wir halten folgende Regeln im Sportunterricht ein, damit sich niemand verletzt, der Sportunterricht viel Spaß und Freude bereitet und alle mit Erfolg lernen können.

### Gesprächsregel

1. Wir hören aufmerksam zu, wenn jemand spricht und reden nicht dazwischen.

### Verhaltensregeln

2. Wir gehen rücksichtsvoll und fair miteinander um.
3. Beim Spielen achten wir darauf, dass alle mitspielen können und niemand ausgeschlossen wird.
4. Alle helfen beim Auf- und Abbau von Geräten und Materialien.

### Sicherheitsregeln

5. Wir tragen im Sportunterricht keinen Schmuck, Uhren etc.
6. Wir benutzen erst die Geräte/ Materialien, wenn sie vom Lehrer für das Turnen oder Üben freigegeben wurden.
7. Wir verzichten wegen hohem Verletzungsrisiko und möglicher Beschädigung der Laufrollen auf das Fahren auf Mattenwagen und Geräten.

Ich habe die Regeln für den Sportunterricht zur Kenntnis genommen und werde mich daran halten.

---

(Ort, Datum)

---

(Unterschrift)